

Huile essentielle Gaulthérie couchée

Gaultheria procumbens

La gaulthérie est originaire des montagnes Rocheuses de l'Ouest américain et pousse jusqu'à 1500 mètres d'altitude.

Cette petite plante vivace de sous-bois d'une dizaine de centimètres de hauteur rampe sur le sol et arrive à fleurir sans lumière (car elle possède peu de chlorophylle). Elle est donc douée d'une grande force vitale intérieure.

Ses feuilles persistantes, toujours vertes et teintées de pourpre sur le dessus, lui valent le nom de « Wintergreen ».

La gaulthérie aime un biotope fait de sols humides, les bois et les marais acides sableux, les forêts de sapins du Canada, par exemple.

Famille botanique : Ericacées

Situation géographique : Chine - Canada

Molécules aromatiques : Esters : Salicylate de méthyle

Partie distillée : Feuille

Autres appellations : Wintergreen ou Palommier.

Propriétés principales :

- Anti-inflammatoire puissante
- Antalgique
- Antirhumatismale
- Rubéfiante

Indications thérapeutiques traditionnelles :

- Arthrose, tendinite, arthrite, rhumatisme +++
- Crampes, contractions musculaires +++
- Elongation musculaire, fracture osseuse +++
- Céphalées ++

+ = petite action

++ = belle action

+++ = très bonne action

L'huile essentielle de Gaulthérie (*qu'il s'agisse de la Gaulthérie odorante ou de la Gaulthérie couchée*) contient plus de 99 % de salicylate de méthyle. Cette substance est naturelle : elle provient des feuilles de cette plante.

Le salicylate de méthyle est un ester.

C'est le salicylate de méthyle qui confère à l'huile essentielle sa forte fragrance.

L'huile essentielle de Gaulthérie couchée se range dans la catégorie biochimique des esters.

La spécificité bio chimique de cette HE est qu'elle contient du salicylate de méthyle, pratiquement que cela !!!! Naturellement bien sûr

Remarques :

- Il existe **2 huiles essentielles** de Gaulthérie :

- HE Gaulthérie couchée : Gaultheria procumbens ou Wintergreen
- HE Gaulthérie odorante : Gaultherie fragrantissima

Il semble qu'HE Gaulthérie couchée soit plus efficace que la Gaulthérie odorante.

→ Pourtant leurs compositions bio chimiques sont proches : elles contiennent toutes les deux du Salicylate de Méthyle. Les endroits d'où elles proviennent sont différents.

Gaulthérie couchée

Gaultheria procumbens

Molécules aromatiques : salicylate de méthyle
Organe distillé : la feuille

Usage le plus fréquent	
Usage local	✓
Usage le moins fréquent	
Usage oral	X
Diffusion	X



Ce sous-arbrisseau rampant haut de 15 cm portent des fleurs blanches à rose pâle situées à la base des feuilles. Les feuilles persistantes, finement dentées sont groupées à l'extrémité des tiges raidées. La gaulthérie du Canada apprécie les bois et marais acides et sableux et porte des baies rouge écarlate d'octobre à mars.

Propriétés principales :

Antalgique, vulnérinaire • antispasmodique • antirhumatismale • stimulante hépatocytaire • antitussive • anti-inflammatoire.

Indications traditionnelles :

- Tendinites, arthrites, rhumatismes, arthrose +++
- Crampes et contractures musculaires +++
- Artériosclérose, hypertension, coronarite +++
- Fatigue hépatique ++
- Spasmes de toutes étiologies ++
- Céphalées +++

Posologie conseillée :

Voie interne : Faire suivre votre traitement par voie orale par un professionnel ou un aromathérapeute car l'usage interne est peu courant et demande des précautions.
Voie externe : Pour les arthrites, rhumatismes, spasmes, tendinites : 3 gouttes H.E. + 3 gouttes H.V. noisette en onctions, 3 fois par jour.

Renseignements utiles :

Voie externe possible en dilution dans une huile végétale de sésame, de noisette... • déconseillé aux enfants de moins de 6 ans • déconseillé chez la femme enceinte • irritation cutanée (dermocaustique) possible à l'état pur.



+ = conseillé / ++ & +++ = recommandé / ++++ & +++++ = vivement conseillé

Le conseil du professionnel :

Pour soulager les rhumatismes ou l'arthrose, masser localement avec 3 gouttes de gaulthérie couchée, 2 gouttes d'immortelle et 5 gouttes d'huile de noisette. A répéter selon les besoins.

Gaulthérie odorante

Gaultheria fragrantissima

Molécules aromatiques : salicylate de méthyle
Organe distillé : la feuille

Usage le plus fréquent	
Usage local	✓
Usage le moins fréquent	
Usage oral	X
Diffusion	X



Originaire du Népal, la Gaultheria fragrantissima a des usages similaires à la Gaultheria procumbens. C'est le wintergreen népalais. L'H.E. de la gaulthérie odorante soulage les douleurs musculaires associées au surmenage, au mal de dos, à l'arthrite et à tout problème musculo-squelettique. Elle permet aux muscles de se détendre et diminue l'inflammation des articulations et des tendons.

Propriétés principales :

Anti-inflammatoire • antirhumatismale • antalgique • antispasmodique • régénératrice hépatique • draineur urinaire • fébrifuge.

Indications traditionnelles :

- Rhumatismes musculaires, crampes, myosite +++
- Epicondylites, polyarthrites rhumatoïdes, arthrose ++
- Coronarites, péricardites ++
- Hypertension artérielle ++
- Lithiase rénale et vésiculaire +
- Coliques néphrétiques +++

Posologie conseillée :

Voie interne : Faire suivre votre traitement par voie orale par un professionnel ou un aromathérapeute car l'usage interne est peu courant et demande des précautions.
Voie externe : 2 à 3 gouttes H.E. + 2 gouttes H.V. noisette en application sur la poitrine et sur le dos pour dégager les voies respiratoires, soulager la toux et, sur la zone enflammée pour tout autre problème articulaire, musculaire ou tendineux.

Renseignements utiles :

Déconseillé pendant la grossesse.



+ = conseillé / ++ & +++ = recommandé / ++++ & +++++ = vivement conseillé

Le conseil du professionnel :

Cette H.E. possède un intérêt par son action vasodilatatrice circulatoire périphérique mais elle peut, à l'état pur, être irritante pour les peaux sensibles. Pour cette raison, elle sera toujours utilisée en dilution.

- HE **Gaulthérie** « attaque » le plastique : ne mettez pas les gouttes directement dans un flacon en plastique mais dans un flacon en verre. Si vous utilisez un flacon en plastique, commencez par faire tomber les gouttes d'huile végétale.

Si vous faites tomber quelques gouttes de cette HE sur une nappe en plastique, elle sera un peu dégradée à l'endroit du contact.

→ Sur la peau, mises à part des rougeurs éventuelles (*voir plus bas*), elle n'a pas du tout cet impact.

Gaultheria procumbens

Dénomination française :	Gaulthérie couchée ou Wintergreen
Origine :	Chine et Canada
Famille botanique :	Ericacées
Partie distillée :	Feuilles
Principes actifs :	Voir ci-joint

Propriétés thérapeutiques :

- Antispasmodique puissante ***
- Anti-inflammatoire ***
- Stimulante hépatocytaire ***
- Vasodilatatrice, hypotensive **
- Rubéfiante **

Indications principales :

- Crampes, spasmes et contractures musculaires +++
- Epicondylites, polyarthrites rhumatoïdes +++
- Céphalées, douleurs locales +++
- Petite insuffisance hépatique ++
- Oedèmes mammaires ++

Contre-indications : (voir aussi le chapitre consacré aux précautions d'emplo

- Irritation cutanée (dermocaustique) possible à l'état pur sur la peau

Tableau de résultats de Gaultheria procumbens:

PICS	TEMPS DE RÉTENTION	CONSTITUANTS	%
1	14,7	α-pinene	0,02
2	27,5	limonene	0,01
3	28,3	1,8-cineole	0,10
4	41,3	3-hexen-1-ol	0,02
5	52,1	benzaldehyde	0,01
6	52,6	linalol	0,07
7	55,8	cetone aliphatique	0,02
8	59,5	composé cycloterpenique oxygéné	0,02
9	63,1	α-terpineol	0,03
10	69,1	salicylate de methyle	99,60
11	71,1	salicylate d'éthyle	0,04
12	74,5	methyl-methylethyl-cyclohexadiene-dione	0,04
13	84,5	cetone aliphatique	0,01
14	90,3	eugenol	0,01
Total			100,00

Les particularités de l'huile essentielle de Gaulthérie couchée :

- La grande particularité de l'huile essentielle de Gaulthérie est son effet « chauffant ».

Elle va localement chauffer le muscle, le muscle tendu se détend, reçoit cette chaleur ; l'effet ressenti sera comme l'effet d'une bouillotte.

Cette chaleur est ressentie uniquement en cas de contractures musculaires. Il n'y a pas de chaleur ressentie quand il s'agit d'une tendinite par exemple.

Par son action vasodilatatrice circulatoire importante il sera très important de la diluer dans de l'huile végétale. Cette action est indispensable : sinon une rougeur apparaîtra sur la peau et l'effet ressenti sera davantage semblable à une brûlure.

- Une autre particularité de cette HE : c'est LA grande anti inflammatoire de l'appareil locomoteur. Elle agit avec compétence sur ce qui « coince » (lumbago, rhumatisme, torticolis ...) et qui est douloureux (action antalgique importante).

Son action anti inflammatoire est couplée d'une superbe action antalgique.

La réponse musculaire est rapide.

Les deux huiles essentielles dont la réponse musculaire est rapide sont : HE Gaulthérie couchée ET HE Eucalyptus citronné. Elles sont souvent associées pour cette raison.

L'huile essentielle de Gaulthérie efficace pour soulager l'arthrose :

L'huile essentielle de Gaulthérie est considérée comme une des meilleures huiles anti inflammatoires concernant l'arthrose, elle « réchauffe ».

En règle générale, on utilise des huiles essentielles dites « froides » pour soulager l'arthrite (qui est une inflammation), on utilise des huiles essentielles dites « chaudes » pour améliorer les douleurs dues à l'arthrose.

Ci-dessous des propositions de synergies :

Ces propositions sont issues du guide pratique :

« Pourquoi pas l'aromathérapie !

Apprendre à soulager vos douleurs musculaires et articulaires ». →



Propositions de synergies :

Synergies concentrées à 5 % d'huiles essentielles plutôt à appliquer le jour

- HE Gaulthérie couchée *Gaultheria procumbens* : 10 gouttes
- HE Élémî *Canarium luzonicum* : 12 gouttes
- HE Baume de Copahu *Copaifera officinalis* : 11 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 12 gouttes

Soit 45 gouttes HE au total dans **QSP 30 ml Huile végétale** d'Arnica
OU

- HE Gaulthérie couchée *Gaultheria procumbens* : 20 gouttes
- HE Élémî *Canarium luzonicum* : 15 gouttes
- HE Baume de Copahu *Copaifera officinalis* : 20 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 20 gouttes

Soit 75 gouttes HE au total dans **QSP 50 ml Huile végétale** d'Arnica

Synergies concentrées à 5 % d'huiles essentielles plutôt à appliquer le soir

- HE Gaulthérie couchée *Gaultheria procumbens* : 12 gouttes
- HE Élémî *Canarium luzonicum* : 10 gouttes
- HE Baume de Copahu *Copaifera officinalis* : 11 gouttes
- HE Marjolaine à coquilles *Origanum majorana* : 12 gouttes

Soit 45 gouttes HE au total dans **QSP 30 ml Huile végétale** de Millepertuis
OU

- HE Gaulthérie couchée *Gaultheria procumbens* : 15 gouttes
- HE Élémî *Canarium luzonicum* : 20 gouttes
- HE Baume de Copahu *Copaifera officinalis* : 20 gouttes
- HE Marjolaine à coquilles *Origanum majorana* : 20 gouttes

Soit 75 gouttes HE au total dans **QSP 50 ml Huile végétale** de Millepertuis

- HE Élémî *Canarium luzonicum* : 9 gouttes
- HE Poivre noir *Piper nigrum* : 9 gouttes
- HE Baume de Copahu *Copaifera officinalis* : 9 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 9 gouttes
- HE Marjolaine à coquilles *Origanum majorana* : 9 gouttes

Soit 45 gouttes HE au total dans **QSP 30 ml Huile végétale** de Millepertuis
OU

- HE Élémî *Canarium luzonicum* : 15 gouttes
- HE Poivre noir *Piper nigrum* : 15 gouttes
- HE Baume de Copahu *Copaifera officinalis* : 15 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 15 gouttes
- HE Marjolaine à coquilles *Origanum majorana* : 15 gouttes

Soit 75 gouttes HE au total dans **QSP 50 ml Huile végétale** de Millepertuis

Tableau pratique

Nombre de gouttes d'HE Concentration en HE	Dans un flacon de 30ml	Dans un flacon de 50ml
Concentration en HE à 5 %	1,5 ml HE soit : 45 gouttes	2,5 ml HE soit : 75 gouttes
Concentration en HE à 10 %	3 ml HE soit : 90 gouttes	5 ml HE soit : 150 gouttes

Déposer les gouttes d'huiles essentielles dans le flacon de 30 ou 50 ml.
Compléter ensuite avec de l'huile végétale. Puis mélanger en agitant le flacon.

Calculs effectués en considérant que 1 ml HE = 30 gouttes HE

Rappel : QSP = Quantité Suffisante Pour un total de

Les huiles essentielles sont d'abord déposées dans le flacon.
Puis l'huile végétale complète le flacon.
HE + HV = 30 ml ou 50 ml ou la quantité QSP souhaitée



La concentration de l'huile essentielle de Gaulthérie :

Précautions :

- Il est nécessaire de toujours diluer dans un peu d'huile végétale.
- Attention aux personnes allergiques à l'aspirine et aux personnes hémophiles.
C'est la voie orale qui pose problème dans ce cas, normalement.
- Attention aux personnes insuffisantes rénales.
- Attention aux personnes qui prennent des traitements anticoagulants (*Sintrom par exemple*), des fluidifiants sanguins ou des antiagrégants plaquettaires (*Plavix par exemple*).

→ Pour toutes ces personnes **et** par précaution, HE **Gaulthérie sera toujours diluée** dans de l'huile végétale **entre 5 et 10 % maximum**.

Si une personne est concernée par un traitement anticoagulant ou une autre de ces précautions : elle n'utilisera pas HE Gaulthérie de façon quotidienne mais ponctuellement.

→ Quand cette HE est utilisée entre 5 % et 10 % de concentration dans de l'huile végétale (HV) : aucun risque

C'est la raison pour laquelle des complexes tout prêts, fabriqués par l'industrie, sont proposés sans mentionner de précautions majeures.

Dilution – Concentration

Concentration HE dans HV	Dans 10 ml	Dans 30 ml	Dans 50 ml	Dans 100 ml
5 %	0,50 ml HE Soit 15 gouttes HE Gaulthérie maxi	1,5 ml HE Soit 45 gouttes HE Gaulthérie maxi	2,5 ml HE Soit 75 gouttes HE Gaulthérie maxi	5 ml HE Soit 150 gouttes HE Gaulthérie maxi
7 %	0,7 ml HE Soit 21 gouttes HE Gaulthérie maxi	2,1 ml HE Soit 63 gouttes HE Gaulthérie maxi	3,5 ml HE Soit 105 gouttes HE Gaulthérie maxi	7 ml HE Soit 210 gouttes HE Gaulthérie maxi
10 %	1 ml HE Soit 30 gouttes HE Gaulthérie maxi	3 ml HE Soit 90 gouttes HE Gaulthérie maxi	5 ml HE Soit 150 gouttes HE Gaulthérie maxi	10 ml HE Soit 300 gouttes HE Gaulthérie maxi

HV = Huile Végétale Partant du fait que 1 ml = 30 gouttes

Tenez compte du fait que, lorsque vous allez composer votre synergie, ou mélange, vous commencerez par compter les gouttes d'huiles essentielles puis vous complèterez avec de l'huile végétale pour atteindre le niveau souhaité : 10 ml, 30 ml, 50 ml ou 100 ml.

Une concentration à 7 % : c'est très bien en cas de doute.

Scan issu de l'ouvrage « Les huiles essentielles pour les nuls » de Elske Miles, édité en 2010 :

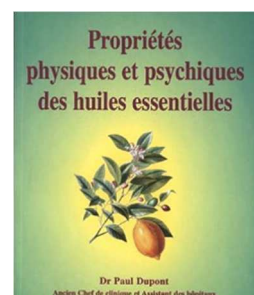
Gaultheria procumbens

Nom commun	Gaulthérie couchée
Origine	Canada, Chine
Famille botanique	Éricacées
Partie distillée	Feuilles
Propriétés	Puissante activité anti-inflammatoire, Antispasmodique, antalgique puissant. Enivrant psychique, réchauffant.
Quand ?	Rhumatismes et arthroses, crampes musculaires, élongation ou déchirure musculaire. Fractures. Douleurs avec frilosité pendant les menstruations. États inflammatoires : tendinites, cystites, épicondylites, polyarthrites rhumatoïdes, coronarites, colites néphrétiques. Hypertension.
Comment ?	En massage local : appliquez quelques gouttes de cette HE diluée dans une HV à 50 % localement à l'endroit de la douleur. Pour l'utiliser en massage sur une zone plus étendue, elle sera diluée à 10 % avant toute application.
Qui doit s'abstenir ?	Les femmes enceintes. Les enfants de moins de 7 ans. Prudence chez les épileptiques. Les personnes présentant une réaction allergique à l'aspirine.
Attention !	Cette HE peut être agressive pour la peau chez des sujets sensibles : diluer à 50 % dans une huile végétale avant l'application.
Remarques	Voir la trousse d'urgence familiale (Chapitre 20, p. 195). C'est le précurseur de l'aspirine à l'état naturel.
Signature	La jeunesse éternelle

Propriétés psychiques

L'huile essentielle de Gauthérie est un puissant tonique du système sympathique. Elle favorise l'afflux de sang pour soigner, et lutte contre les contractures et les spasmes, même lorsque ceux-ci sont d'origine psychique, comme dans la tétanie et la spasmophilie. Elle renforce la polarité positive de la Force Vitale par une action sur le cœur et l'hypophyse.

Elle aide le moi psychique à diriger la Force Vitale en jouant sur le système capillaire périphérique, appelé aussi cœur capillaire. Cette fonction cardiaque périphérique est dirigée par le système sympathique. La Gauthérie renforce la concentration psychique dans nos organes, en particulier dans les muscles et les tendons.



L'huile essentielle de Gauthérie est une huile dite « chaude » :

En aromathérapie, il est quelquefois question d'huiles essentielles dites « chaudes » et d'huiles essentielles dites « froides ».

Exemple d'HE dites chaudes : HE **Poivre noir** (*Piper nigrum*), HE **Carotte** (*Daucus carota*), HE **Cannelle** (*Cinnamomum cassia* - issue des feuilles- ou *Cinnamomum zeylanicum* - issue de l'écorce -), HE **Tea tree** (*Melaleuca alternifolia*), HE **Sarriette** (*Satureja montana*)

Exemple d'HE dites froides : HE **Menthe poivrée** (*Mentha piperita*) , HE **Romarin CT Camphre** (*Rosmarinus CT Camphre*), HE **Ledon du Groenland** (*Ledum groenlandicum*) , HE **Thym CT Linalol** (*Thymus vulgaris CT Linalol*)

L'HE Gauthérie couchée est rubéfiante. HE Bay de Saint Thomas (*Pimenta racemosa*) également.

Rubéfiant = action irritante d'un produit appliqué sur le tissu cutané, qui provoque sur celui-ci un afflux sanguin dans les capillaires et donne un aspect rouge enflammé.

Son rôle dans des gênes pulmonaires :

Les pathologies pulmonaires sont souvent des pathologies dites « froides », ce qui explique pourquoi le chaud fait du bien : le gingembre, les cataplasmes à base de moutarde (par ex.)

Pensez donc à HE Gauthérie couchée dans les pathologies pulmonaires. Par voie d'utilisation locale, en cutanée (*en regard des poumons ET en haut du dos*), en diluant au préalable quelques gouttes HE dans de l'huile végétale.

Bien entendu, agissez aussi avec des HE spécifiques de l'appareil respiratoire et pulmonaire (HE Ravintsara et/ou HE Eucalyptus radié et/ou HE Niaouli par ex..).

Son rôle dans les pathologies liées au rein ou à la vessie :

En **Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC)** on attribue 5 éléments à des organes et des saisons*. Le rein et la vessie font partie de l'élément EAU et sont liés énergétiquement à la saison de l'hiver (saison froide).

Voilà pourquoi (*entre autre*) HE Gauthérie couchée est souvent recommandée, en application locale (et toujours diluée avec de l'HV) sur le méridien du rein ou le méridien de la vessie en cas de pathologies en relation avec l'un ou avec l'autre.

*les **5 éléments de la MTC** sont :

- le **bois** représente la croissance et la force puissante de la vie végétale. Il est associé au printemps et au foie.
- le **feu** représente la force de la transformation. Il est associé à l'été et au cœur.
- le **métal** est le seul élément qui ne provienne pas de la nature, il doit être transformé par l'homme (être humain). Il est associé à l'automne et aux poumons.
- l'**eau** représente la force yin avant un nouveau cycle. Elle est associée à l'hiver et aux reins.
- la **terre** reçoit et produit, elle permet de semer et de récolter. Elle correspond aux inter saisons et est associée à la rate – pancréas (au système digestif - *système de transformation*).

Proposition de synergie du méridien du Rein :

HE Epinette noire : 12 gouttes (*Picea mariana*)

HE Gauthérie couchée : 9 gouttes (*Gaulthérie procumbens*) ou *Wintergrenn*

HE Camomille romaine : 9 gouttes (*Chamaemelum nobile*)

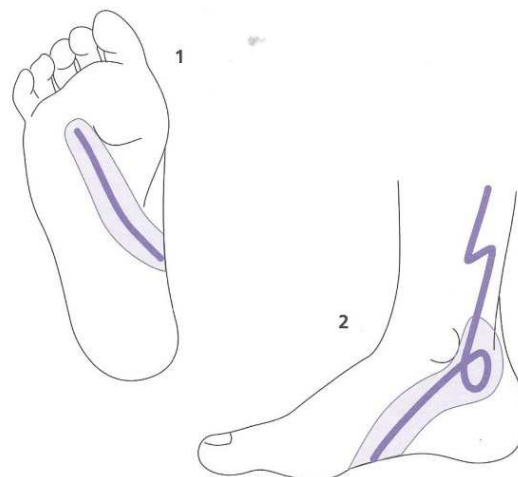
Dans HV QSP 10 ml (ou 9 ml)

Concentration en HE de 10 % soit 1ml pour 10 ml HV

Appliquez 2 à 3 gouttes de cette synergie en massant légèrement le long de la ligne indiquée (1) puis sur l'autre ligne (2).

Puis passez à l'autre pied en agissant de la même façon

→ Ceci 2 fois / jour (matin et soir) pendant 5 à 7 jours consécutifs (maximum)



Intérêt :

Cette synergie va présenter un intérêt pour les pathologies de type « Reins » (rétention d'eau, néphrite, calculs...dysfonctionnement des glandes surrénales). Les reins étant à la base de l'énergie Vitale, pour des états de grande fatigue (dus à un excès de travail par exemple), il est utile de rééquilibrer l'énergie des reins.

Exemples d'utilisation de l'huile essentielle de Gaulthérie couchée :

Exemples issus de « L'aromathérapie- Se soigner par les huiles essentielles » de Mr Dominique BAUDOUX Editions Amyris.

Prostatite : RDM p. 49

H.E. Gaulthérie couchée 3 gttes p. 144
H.E. Lentisque pistachier 1 gtte p. 168
H.E. Cyprès de Provence 2 gttes p. 126
H.E. Géranium rosat CV Egypte 2 gttes p. 148

Conseil d'utilisation : 3 gouttes du mélange sur 1/4 de morceau de sucre de canne à sucer ou dans une cuillère à café d'huile d'olive 3 fois par jour pendant 15 jours. Dans de nombreux cas, un traitement simultané complémentaire par des suppositoires sera nécessaire. Faire préparer, par votre pharmacien, des suppositoires contenant 150 mg du mélange «Prostatite» par suppositoire. Deux suppositoires par jour pendant 15 jours.

Pyélonéphrite : RDM p. 49

H.E. Cannelle de Chine 2 gttes p. 110
H.E. Ajowan 1 gtte p. 98
H.E. Gaulthérie couchée 1 gtte p. 144
H.E. Eucalyptus mentholé 2 gttes p. 138

Conseil d'utilisation : 3 gouttes du mélange sur 1/4 de morceau de sucre de canne à sucer ou dans une cuillère à café d'huile d'olive 4 fois par jour pendant 10 à 15 jours et 6 gouttes en application locale cutanée sur la zone des reins 4 fois par jour.

Traumatisme : RDM p. 50

H.E. Hélichryse italienne 3 gttes p. 154
H.E. Gaulthérie couchée 1 gtte p. 144
H.E. Géranium rosat CV Egypte 1 gtte p. 148
H.E. Menthe poivrée 1 gtte p. 178

Conseil d'utilisation : 4 à 6 gouttes du mélange en application locale sur la zone douloureuse 4 fois par jour pendant 3 jours suivant l'importance.

Prostatite = inflammation aiguë ou chronique de la prostate.

Pyélonéphrite = association d'une néphrite interstitielle microbienne, d'une inflammation du bassinet et d'une infection urinaire.

Traumatisme = conséquences physiques et morales d'un choc plus ou moins violent.

Précision : les numéros de pages citées correspondent aux pages du même ouvrage.

Autre exemple :

Même si l'HE de Gaulthérie couchée n'est pas souvent citée pour la chute des cheveux, elle pourrait être utilisée pour son action rubéfiante. En stimulant la circulation sanguine, la chute des cheveux pourrait se voir ralentie.

Pour ce faire, ajouter 2 gouttes HE Gaulthérie couchée dans la dose de shampooing, extemporanément (= sur l'instant), puis laver les cheveux en massant le cuir chevelu. Agissez ainsi 2 à 3 fois / semaine.

Remarque : HE Bay de Saint Thomas (*Pimenta racemosa*) est souvent préconisée pour cette indication, justement pour son action rubéfiante.

Au niveau énergétique :

Scan issu du « Traité d'aromathérapie scientifique et médicale » de Michel Faucon, édité en 2012 :

AUTRES INFORMATIONS

Principales contaminations et/ou falsifications possibles : la qualité de cette HE est aléatoire, la fraude étant facile, par ajout de salicylate de méthyle de synthèse !

Notes de caractérogologie : renforce la concentration.

Les anthroposophes notent : « elle aide le MOI psychique, par le biais de la circulation périphérique, à orienter la force vitale dans nos organes, en particulier dans les muscles et les tendons »...

Notes historiques : la gaulthérie était connue et utilisée depuis fort longtemps par les sorciers amérindiens, pour des pathologies inflammatoires. Les Indiens en effet faisaient une consommation énorme de gaulthérie, tant par voie interne, contre les maladies infectieuses, pour faire tomber la fièvre, que par voie externe, pour soulager leurs douleurs et cicatriser leurs blessures.

Au début du XIX^e siècle, les Iroquois préparaient le « *Swains panacea* », en faisant macérer la gaulthérie. Cette préparation avait alors la réputation de guérir tous les maux..., telle une authentique panacée, à l'image du ginseng asiatique...

Vers 1815, à Paris, le pharmacien Boyveau copia cette préparation et formula un produit appelé Rob de Laffeteur qui eut un retentissement inouï.

Énergétiquement :

L'huile essentielle de Gaulthérie repositionne l'individu dans l'axe de sa verticalité et de son identité.

Aspect développé oralement

Abréviations :

HE = Huile essentielle

HV = Huile végétale

AB = Antibactérien

AV= Antiviral

AF = Antifongique

AP = Antiparasitaire

CI =Contre-indication

Tableau récapitulatif des huiles essentielles anti inflammatoires

Dénomination HE	AI Contractures Crampes	AI Rhumatismes Arthrose	AI Antalgique	AI Anti névralgie	Ion +	Ion -	Anti Dépressive	Expectorante	Régénérante cutané	CI Précautions	Autre Grande indication	S.N
Immortelle <i>Hélichryse italienne</i>	x	x						X Mucolytique			Action en phlébologie Anticoagulante Décongestionnante majeure	
Romarin CT camphre <i>Rosmarinus officinalis CT camphre</i>	x	x			x					Cardiaques Hypertendus		
Gaulthérie couchée <i>Gaultheria procumbens</i>	x	x	x							Prudence chez épileptiques et personnes allergiques à l'aspirine	Toujours diluer dans HV : dermocaustique	
Thym à feuilles de sarriette <i>Thymus satureioides</i>	x	x			X phénol							
Giroflier <i>Eugenia caryophyllus</i>		x	x		X phénol					Grossesse (utérotonique)	Très puissante activité antibactérienne et virale - Anesthésique	
Laurier noble <i>Laurus nobilis</i>		x	x	x				x			<ul style="list-style-type: none"> • Dents • Cheveux • Confiance en soi • Liée aux nerfs 	xxx
Lavandin super <i>Lavandula burnatii CT super</i>	x					x	x				Nervosité Myorelaxante	
Katafray <i>Cedrelopsis grevei</i>		x	x						x		Congestion-circulation Antalgique Analgésique Anesthésique	
Petit grain bigarade (PGB) <i>Citrus aurantium (fe)j</i>	x	x	x			x	x		x		Stress - Relaxante Antispasmodique Régénérante cutanée Utile addictions	

Dénomination HE	AI Contractions Crampes	AI Rhumatismes Arthrose	AI Antalgique	AI Anti névralgie	Ion +	Ion -	Anti Dépressive	Expectorante	Régénérante cutané	CI	Autre Grande indication	S.N	
Epinette noire <i>Picea mariana</i>		X Moins que d'autres			X Cortisone mimétique						Insuffisance rénale grave	Fatigue (épuisement)	
Eucalyptus citronné <i>Eucalyptus citriodora</i>	x	x	x			x					Répulsive moustiques et insectes piqueurs		
Litsée citronnée <i>Litsea citrata</i>		x				x	x			Toujours diluer dans HV : dermocaustique	Fongicide Insomnie dépression		
Lavande vraie <i>Lavandula angustifolia</i>	x	x	x			x	x		x	hypotension	Très utilisée en dermatologie. Et pour ses effets « calmant »	x	
Marjolaine <i>Origanum majorana</i> (Marjolaine des jardins ou à coquilles)	x	x				x					Dystonies Neuro végétatives de tout type	Action importante	
Lemongrass <i>Cymbopogon flexuosus</i>	HE non utilisée	HE non utilisée	artérites tendinites			x				Toujours diluer dans HV : dermocaustique	<ul style="list-style-type: none"> ● Répulsive moustiques et insectes piqueurs ● HE utile pour traiter la cellulite 		
Géranium <i>Pelargonium asperum ou graveolens</i>		x	x								<ul style="list-style-type: none"> ● Très utilisée en cosmétologie ● Hémostatique 	Équilibrante	

Dénomination HE	AI Contractions Crampes	AI Rhumatismes Arthrose	AI Antalgique	AI Anti névralgie	Ion +	Ion -	Anti Dépressive	Expectorante	Régénérante cutané	CI	Autre Grande indication	S.N
Basilic <i>Ocimum basilicum</i>	x	x	x			x					Antispasmodique puissante	x
Verveine citronnée <i>Lippia citriodora</i>		x	x	x		x	x				Antidépresseive Sédative puissante	xxx
Estragon <i>Artemisia dracunculus</i>	x		x	x		x					Troubles digestifs (<i>antispasmodique</i>) Anti fermentaire Spasmophilie	
Camomille noble <i>Chamaemelum nobile</i> Camomille romaine			x			x					AI utilisée en dermatologie (peau en souffrance)	Calman te du SNC
Genévrier <i>Juniperus communis</i> (Rameau et baies)		x	x							Insuffisance rénale : pas d'utilisation de façon prolongée	Décongestionnant veineux et lymphatique	

AI = Anti inflammatoire

CI = contre indication

SNC = Système nerveux central

Equilibrant : ○